

# Pizza Trigale Multigrano Light

2082

## Ingredientes

### Preparo

60g Fermento Biológico Fresco

1.2L Água Gelada

2kg T-Multi-Light T-Multi-Light



## Modo de Fazer

01. Colocar o Trigale Mult Light e parte da água gelada (1 L) na masseira e misturar em velocidade baixa (velocidade 1) por aproximadamente 3 minutos.
02. Adicionar o fermento fresco e o restante da água gelada (200 ml) aos poucos e bater em velocidade alta (velocidade 2) por aproximadamente 5 minutos ou até atingir o ponto de véu.
03. Dividir em partes de 325 g. Bolear.
04. Cobrir com plástico. Descansar por 20 minutos.
05. Com o auxílio de uma bilha, abrir a massa em discos de aproximadamente 32 cm de diâmetro e perfurar.
06. Fazer a borda deixando os discos com aproximadamente 30 cm de diâmetro.
07. Colocar em formas para pizza ou assadeiras lisas previamente polvilhadas com farinha de trigo.
08. Fermentar em câmara de fermentação (32°C) por aproximadamente 45 minutos.
09. Fornear a 230°C por aproximadamente 3 minutos em forno lastro.
10. Esfriar. Embalar ou rechear a gosto.

## Dicas

- Outro forneamento:
  - \* Forno Turbo: 180°C por aproximadamente 2 minutos.
- Sugestão de Recheio:
  - \* Queijo mussarela, brocolis, tomate cereja e alho frito.

## Rendimento / Quebra

10 Unidades de 290 g

## Validade Sugerida

168 horas

## Equipamentos

Masseira

---

Forno

---

Bilha

---

Balança

---

Assadeiras Lisas

---

Forma Para Pizza

---

Câmara De Fermentação

---

## Tabela Nutricional

**Porção de 40g contém (em média): % VD (\*)**

V. Energético (kcal)	96	5
V. Energético (kj)	409 kJ	5
Carboidratos (g)	18	6
Proteínas (g)	3.9	8
Fibra Alimentar (g)	1.9	8
Sódio (mg)	124	5
Açúcares (g)	0.7 g	**
Açúcares totais (g)	0.7	
Aç adicionados (g)	0.0	0
Gorduras totais (g)	1.5	2
Gorduras saturadas (g)	0.4	2
Gorduras trans (g)	0	0